

# **ELÄKELÄISTEN KÄSITYKSIÄ SEURAKUNNAN VA- PAAEHTOISTYÖSTÄ**

Ulla-Jaana Rautiainen

Opinnäytetyö, syksy 2011

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak Etelä, Järvenpää

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön suuntautu-  
misvaihtoehto

Sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoi-  
suus

## TIIVISTELMÄ

Rautiainen Ulla-Jaana. Eläkeläisten käsityksiä seurakunnan vapaaehtoistyöstä. Järvenpää 2011 32 sivua, 1 liite.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä Järvenpää. Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakoniatyön suuntautumisvaihtoehto, Sosionomin (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tavoitteena on tutkia seurakunnan vapaaehtoistyön tunnettavuutta eläkeläisten keskuudessa. Tavoitteena on myös kartoittaa mitkä tekijät estävät ja edistävät eläkeläisten halukkuutta osallistua seurakunnan vapaaehtoistyöhön. Tutkimus on laadullinen tutkimus, jossa on käytetty aineiston keruumenetelmänä teemahaastattelua. Tutkimuksessa on haastateltu kuutta eläkeläistä.

Seurakunnan tekemä vapaaehtoistyö sekä ystävätoiminta ovat monelle tuntematonta toimintaa. Eläkeläiset eivät ole kuulleet seurakunnan järjestämästä vapaaehtoistyöstä, koska he eivät lue seurakunnan lehteä. He eivät ole myöskään osallistuneet seurakunnan järjestämiin tilaisuuksiin.

Ystävätoimintaa pidetään arvokkaana ja tärkeänä työnä. Tulijoita olisi, jos vapaaehtoistyö olisi tutumpaa ja olisi tietoa siitä, miten siihen voi liittyä. Potentiaalisten osallistujien on helpompaa tulla vapaaehtoistyön piiriin, jos he jo tuntevat jonkun vapaaehtoistyöntekijän. Ystävätoiminta halutaan erottaa kirkon opista, sillä uskonnon korostaminen karsii mahdollisia mukaan lähtijöitä. Kuka tahansa voi olla vapaaehtoistyöntekijä, uskontoon tai elämänkatsomukseen katsomatta.

Seurakunnan nykyistä markkinointia pidettiin huonona, sillä se ei ole onnistunut tavoittamaan potentiaalisia vapaaehtoistyöntekijöitä. Haastateltavilta tuli useita ehdotuksia siitä, miten ystävätoimintaa voitaisiin tehdä tunnetummaksi. Televisiomainonta, vapaaehtoistyön ilmaisjakelulehdet, kuntien omat internetsivut ja uudet yhteistyökumppanit nähtiin uusina keinoina markkinoida vapaaehtoistyötä.

Avainsanat: eläkeläiset, vapaaehtoistyö, ystävätoiminta

## ABSTRACT

Rautiainen Ulla-Jaana. Senior citizens' views about church voluntary work.

Järvenpää 2011, 32 pages, 1 appendix.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor on Social Services.

The objective of this study was to explore familiarity with church voluntary work among the senior citizens. The objective of this study was also to survey which factors encourage and which discourage senior citizens' willingness to participate in church voluntary work. The research is a qualitative study and the method for gathering data is theme interviews. Six senior citizens were interviewed in this study.

Church voluntary work is commonly unknown as well as its befriending programme. Senior citizens have not heard about voluntary work organized by church because they do not read the parish magazine or participate in church activities.

The befriending programme is highly respected and considered as valuable work. If the nature of the activities were widely known and people were aware of how they can join in, there would be more participants. The potential participants are more likely to join in if someone they know is already a volunteer. The befriending programme should be clearly separated from the religious context of the church because it decreases the amount of the participants. Anyone can be a volunteer in church voluntary work regardless of their religion or conviction.

The present marketing of the church was considered useless because it did not find potential volunteers. Many interviewees had suggestions of how to promote the befriending programme. Advertising in television, free papers of the voluntary work, municipal www-pages and new partners in cooperation were seen as new ways of marketing the voluntary work.

Key words: senior citizens, voluntary work, befriending programme

## SISÄLTÖ

1 JOHDANTO .....	5
2 VAPAAEHTOISTYÖ .....	6
2.1 Mitä on vapaaehtoistyö? .....	6
2.2 Miksi mukaan vapaaehtoistyöhön? .....	6
3 VAPAAEHTOISTEN REKRYTOIMINEN.....	8
4 YSTÄVÄTOIMINNAN ERI MUODOT .....	10
4.1 Ystäväpalvelu.....	10
4.2 Tukihenkilötoiminta.....	11
4.3 Osastoystävä.....	11
4.4 Mummon Kammari.....	12
5 VAPAAEHTOISTYÖN HENGELLINEN ELÄMÄ .....	14
6 TUTKIMUKSEN TARKOITUS .....	16
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	17
7.1 Tutkimusmenetelmät.....	17
8 TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	19
8.1 Tutkimusjoukko .....	19
8.2 Seurakunnan vapaaehtoistyö ja sen tunnettavuus .....	20
8.3 Kiinnostus seurakunnan vapaaehtoistyöhön .....	23
9 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	26
9.1 Tutkimuksen luotettavuus .....	26
9.2 Tutkimustulokset.....	26
9.3 Vapaaehtoistyön kehittämisideat .....	27
9.4 Omat johtopäätökset.....	28
9.5 Oman työn tarkastelua.....	29
LÄHTEET .....	30
LIITE 1: HAASTATTELULOMAKE.....	32

## 1 JOHDANTO

Aikaisempi käsitykseni seurakunnan vapaaehtoistyöstä oli vääristynyt. Mielestäni se oli vain kirkkoon kuuluvien vanhempien naisten kahvin keittämistä ja tarjoilemista seurakunnan eri tilaisuuksissa tai lippaan kanssa rahan keräämistä. En ollut aikaisemmin kuullut, että seurakunnassa työskentelee vapaaehtoistyönohjaaja, puhumattakaan siitä, mitä hänen toimenkuvaansa kuuluu. En edes tiennyt mitä vapaaehtoistyöhön sisältyy ennen kuin suoritin seurakuntaharjoittelun vapaaehtoistyössä. Harjoittelun aikana heräsi myös kysymys, kuinka monella muulla on näin suppea kuva vapaaehtoistyöstä kuin minulla ja miten paljon toiminnasta loppujen lopuksi tiedetään. Seurasin tiiviisti vapaaehtoistyönohjaajan työtä, perehdyin alan kirjallisuuteen ja ennen kaikkea osallistuin käytännössä vapaaehtoistyöhön. Erityisesti ystävätoiminta teki minuun vaikutuksen ja halusin tietää, mitä tämä toiminta oikein on sekä miten siihen pääsee mukaan. Omalta osaltani haluan tehdä vapaaehtoistyötä ja ystävätoimintaa tunnetuksi tekemällä siitä opinnäytetyön.

Uusia vapaaehtoisia tarvitaan, koska nykyiset vapaaehtoistyöntekijät ovat iäkkäitä eivätkä jaksakaan enää toiminnassa mukana. Ongelmana on mistä löydetään uusia vapaaehtoisia mukaan toimintaan kiinnostuksesta, mielekkään tekemisen takia sekä auttamisenhalusta. Eläkeläiset valitsin sen takia, koska oletan heillä olevan ylimääräistä aikaa jäätyään pois työelämästä. Heillä on myös sellaista elämäkokemusta ja ammattitaitoa, joka on hyödyksi tässä toiminnassa. Eläkkeellä ollessa on mahdollisuus aloittaa myös uusi harrastus. Voisiko se olla vapaaehtoistyö?

Opinnäytetyössä tutkin minkälaisia käsityksiä eläkeläisillä on seurakunnan vapaaehtoistyöstä. Tarkastelen mitä tietoja heillä on seurakunnan järjestämästä vapaaehtoistyöstä ja miten halukkaita he ovat osallistumaan toimintaan. Mielestäni tämä on erittäin ajankohtainen aihe, sillä tänä vuonna 2011 vietetään Euroopan vapaaehtoistoiminnan teemavuotta. Yhä enemmän tarvitsemme vapaaehtoisia mukaan toimintaan. Ystäviä tarvitaan kaikenikäisille, niin lapsille kuin nuorille, vanhemmille ja vanhuksille. Pelkästään seurakunnan tarjoama diakoniatyö ei riitä vaan tarvitaan enemmän yksittäisiä henkilöitä mukaan vapaaehtoistyöhön.

## 2 VAPAAEHTOISTYÖ

### 2.1 Mitä on vapaaehtoistyö?

Vapaaehtoistyössä huolenpito ja auttaminen kohdistuvat aivan vieraisiin ihmisiin. Työtä tehdään tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin hyödyntäen omaa elämäkokemusta ja persoonallisuutta. Auttaminen on omaehtoista, omalla ajalla tapahtuvaa eikä sitä tehdä taloudellista korvausta vastaan. (Eskola & Kurki 2001, 95.)

Vapaaehtoistyö on vapaaehtoista, kukaan ei siihen pakota vaan mukaan lähdetään auttamisen halusta ja tekemisen ilosta. Jokainen saa valita itselleen sopivan toiminnan sekä päättää kuinka paljon aikaa toimintaan käyttää. Tärkeintä vapaaehtoistyössä on vapaaehtoisen oma tahto ja halu olla mukana toiminnassa. Vapaaehtoistyö tuottaa iloa ja hyvää mieltä sekä mahdollistaa uusien suhteiden solmimisen. Toiminnassa on samoja piirteitä kuin kahden henkilön lämpimässä ja luottamuksellisessa ystävyydessä. (Nyman 2003, 11.)

Vapaaehtoistyö on työtä, jossa vapaaehtoisia välitetään lähimmäisiksi, ystäviksi tai tulihenkilöiksi ihmisille, jotka ovat yksin ja unohdettuja tai eivät selviydy jokapäiväisistä tehtävistään. Vapaaehtoiset vierailevat kodeissa, sairaaloissa ja laitoksissa. Parhaimmillaan vapaaehtoinen on omana ystävänä lievittämässä toisen ihmisen yksinäisyyttä. Hän voi olla jopa ainut ystävä, joka tukee vaikean sairauden aikana tai kuoleman hetkellä. Vapaaehtoisella voi olla koulutus tehtävään, mutta hän ei koskaan korvaa ammattityöntekijää. Vapaaehtoinen toimii maallikkoauttajan roolissa. Hän auttaa ja tukee avuntarvitsijaa tavallisissa arkipäivän tilanteissa, joihin ammattilaisten aika ei välttämättä riitä. (Tammisto & Lahtinen 1994, 67.)

### 2.2 Miksi mukaan vapaaehtoistyöhön?

Yhteiskunta ei toimi ilman aktiivisia vapaaehtoisia. Vapaaehtoistyön avulla on mahdollisuus osallistua elämisen laadun ylläpitämiseen ja parantamiseen. Vapaaehtoistyö ei ole

pelkästään lähimmäisen auttamista vaan sen avulla on mahdollisuus vaikuttaa yhteiskunnallisiin asioihin. (Nerelli 1989, 3.)

Yksi syy lähteä mukaan toimintaan on halu auttaa muita ja käyttää aikaansa toisten ihmisten hyväksi. Jumala loi ihmisen huolenpitäjäksi, koko luomakunnan ja lähimmäisen palvelijaksi. Auttaminen on toisesta välittämistä eikä siitä odoteta korvausta itselle. (Komulainen, Peltola, Perälä, Ranta, Ripatti, Särkiö & Tiensuu 2005, 86.)

Anne Birgitta Yeungin (2002, 43.) mukaan suurin syy lähteä toimintaan on toisen ihmisen auttamisenhalu. Vapaaehtoistyö antaa mahdollisuuden kokea, miltä tuntuu antaa apua ja auttaminen tulee entistä tutummaksi. Avun hakeminen itselle tai ystävälle helpottuu, jos joskus joutuu iän tai sairauden vuoksi avun saajaksi. Anne Birgitta Pessin ja Tomi Oravasaaren (2010,141.) mukaan ihmiset haluavat vapaa-aikaansa säännöllistä päiväohjelmaa ja hyödyllistä toimintaa. Auttamishalun lisäksi naiset haluavat oppia uusia asioita sekä tutustua uusiin ihmisiin. Miehiä innostaa vapaaehtoistyöhön ystävien ja tuttavien vaikutus sekä tunne kansalaisvelvollisuudesta. (Pessi & Oravasaari 2010, 141.)

Mukaan lähdetään myös elämän taitekohdissa. Eläkkeellä ollessa tai työttömänä vapaa-aika halutaan käyttää johonkin hyödylliseen. Vapaaehtoistyö tarjoaa säännöllistä ja mielekästä tekemistä sekä uutta sisältöä elämään. Sen kautta löydetään uusia ystäviä ja saadaan olla sellaisten ikäryhmien kanssa tekemisessä, joita ei välttämättä omassa elämänvaiheessa kohtaa. Mukava yhdessä oleminen, yhdessä tekeminen ja samanhenkisen seurauksen löytäminen on vapaaehtoistyölle ominaista. Mukaan tulemisen motiivina on myös halu oppia uutta, uudenlaisen tiedon tarve ja ymmärryksen lisääminen omaa elämää varten. Se voi olla myös halu käyttää tietoja ja taitoja mielekkäällä tavalla. Vapaaehtoistyö tarjoaa monipuolista toimintaa, sillä jokaisella ihmisellä on jotain arvokasta annettavaa toiselle. ( Lahtinen 2003, 13-18; Mykkänen-Hänninen 2007, 22-24.)

Toiminta voi tarjota ikääntyneille myös kokonaan uusia mahdollisuuksia. Tehtävät voivat olla täysin erilaisia kuin työelämässä. Tällöin on mahdollisuus toteuttaa itseään ja tehdä vihdoin sitä, mitä on pohjimmiltaan aina halunnut tehdä. (Nyman 2003, 8-11; Nylund & Yeung 2005, 137-138.)

### 3 VAPAAEHTOISTEN REKRYTOIMINEN

Seurakunnissa vapaaehtoisia tarvitaan jatkuvasti. Osa heistä hakeutuu toimintaan itse, osa lehti-ilmoitusten tai jo toiminnassa mukana olevan kannustamana. Innostunut työntekijä on paras markkinoija. Useat seurakunnat ovat liittyneet internetissä vapaaehtoisen auttamisen kanavaan. ”Suurella sydämellä” on kirkon valtakunnallinen vapaaehtoistoiminnan palvelu, joka on järjestetty internet-sivustojen kautta osoitteessa [www.suurellasydamella.fi](http://www.suurellasydamella.fi). Sieltä löytyvät kaikki mukana olevat seurakunnat. Netisivuilla voi helposti ilmoittautua tehtävään. Tällä tavalla yritetään tavoittaa ne henkilöt, jotka ehkä olisivat kiinnostuneita vapaaehtoistoiminnasta, mutta kokevat kirkon vieraaksi. Tavoitteena on, että kynnyksen netin kautta ottaa yhteyttä olisi matalampi. (Vartilehti 9.2.2011.)

Yhteydenoton jälkeen seurakunnan vapaaehtoistyönohjaaja tai diakoni sopivat ajan vapaaehtoistyöhön kiinnostuneen kanssa kahdenkeskiselle tapaamiselle. Kyseessä on vapaaamuotoinen haastattelu, jossa mietitään sopiva vapaaehtoistoiminnan muoto. Samalla saadaan kokonaiskuva hakijan kyvyistä ja osaamisesta sekä kartoitetaan mahdollinen koulutuksen tarve. Suurin osa tehtävistä on kuitenkin sellaisia, joihin elämä on jo valmiiksi valmentanut. Jokaisella on kokemusta kaupassa käymisestä, juttukaverina tai ulkoiluseurana olemisesta, eikä niihin tarvita erillistä koulutusta. Toimintaan perehdyttäminen on käytännönläheistä. Kokeneet vapaaehtoiset kertovat kokemuksiaan konkreettisesti ja realistisesti. Erityisesti kodeissa parhaat neuvot löytyvät asukkailta, kun tarvitaan neuvoa pyörätuolin työntämiseen tai näkövammaisen auttamiseen. Eräs vireä eläkeläinen tuumasi kuultuaan koulutuksesta: ”Olen kuule likka jo kurssini käynyt, lapseni kasvattanut ja vaativan työni hoitanut. Jos en tällaisena kelpaa, en tule ollenkaan!” (Tammisto & Lahtinen 1994, 71-73.)

Vapaaehtoisorganisaatiot kouluttavat vapaaehtoisia perus- ja jatkokursseilla. Koulutus vaihtelee paikkakunnittain ja esimerkiksi ystäväpalvelun koulutusta järjestävät Suomen Punainen Risti, seurakunnat, eläkeläisjärjestöt ja kunnat useiden eri tahojen yhteistyönä.



Koulutuksen sisältö on juuri vapaaehtoistyöhön tarkoitettua, jolloin se tukee vapaaehtoistyöntekijän perustehtävää eli halua auttaa ja olla aidosti läsnä toisen ihmisen elämässä. Niille, jotka ovat jo toiminnassa pitempään mukana olleet, järjestetään tarvittaessa täydennyskoulutusta. Työtä tehdään tavallisen ihmisen taidoilla. Kuka tahansa saa toimia vapaaehtoisena. Titteleitä tai tutkintoja ei kysytä eikä olla kiinnostuneita uskonnollisesta tai poliittisesta vakaumuksesta. Näin ollen vapaaehtoistyötä ei saa liiallisella koulutuksella tai työnohjauksella ammatillistaa. Annettu koulutus ei tee ammattiauttajaa, vaan antaa eväät toimia menestyksellisesti maallikkoauttajan roolissa. ( Mykkänen-Hänninen 2007, 36-57.)

## 4 YSTÄVÄTOIMINNAN ERI MUODOT

Lähtiessä mukaan ystävätoimintaan on tärkeä tietää etukäteen, mihin on lähdössä ja millaista työ on. Toiminta vaatii säännöllisesti oman aikansa, eikä sitä hoideta vain siinä sivussa. Ystävänä oleminen vaatii pitkäaikaista sitoutumista, eikä mukaan kannata lähteä hetken mielijohteesta. Parhaimmillaan kyse on toiminnasta, missä kaksi toisilleen vierasta ihmistä kohtaa, ystävyystyy ja kiintyy toisiinsa. Heidän välilleen syntyy ajan myötä luottamuksellinen ystävyysuhde, joka voi kestää elämän loppuun asti. (Eskola & Kurki 2001, 36-37.)

### 4.1 Ystäväpalvelu

Yksi auttamisen tapa on hakeutua seurakunnan lähimmäispalvelutyöhön, joka paremmin tunnetaan nimellä ystäväpalvelu. Vapaaehtoisella on oma nimetty ystävä, jonka luona hän vierailee säännöllisesti. Ystävä voi olla esimerkiksi yksin asuva vanhus, joka ei pärjää tavallisissa arkipäivän tilanteissa. Vapaaehtoistoiminnan avulla autetaan häntä selviytymään mahdollisimman pitkään omassa kodissaan. Yhdessä voi puuhastella kaikkea mukavaa: ulkoilla, käydä kaupassa tai teatterissa. Vapaaehtoinen auttaa päivän pienissä askareissa, lukee päivän lehdet tai auttaa kirjeitten kirjoittamisessa. Ennen kaikkea vapaaehtoinen on hyvä seurustelukumppani, kuuntelija ja rinnalla kulkija. Hän tekee työtä omalla elämäkokemuksella, elämäntaidolla ja omalla persoonallisuudella. Toiminta antaa tekijälle tunteen, että on tarpeellinen ja merkittävä ihminen. Ystävyys voi alkaa autettavan kotoa ja jatkua vanhainkotiin asti, niin kauan kun on elinpäiviä jäljellä. (Tammisto ym. 1994, 97-100; Komulainen, ym. 2005, 99-100).

Perinteisen ystävätoiminnan muoto on muuttunut. Vanhusten lisäksi vapaaehtoista ystävää tarvitsevat tänä päivänä esimerkiksi yksinhuoltajat. Äidin äkillisesti sairastuttua lapset kaipaavat hoitajaa. Uusavuttomat äidit kaipaavat vapaaehtoista ystävää neuvomaan ja opastamaan jokapäiväisissä askareissa. Päiväkodeissa ja perheissä kaivataan mummo- ja ukkiystävää. Kouluihin etsitään eläkkeellä olevia vapaaehtoisia mummoja ja ukkeja, sillä kaikilla lapsilla ei ole omia isovanhempia lähellä. (Varttilehti 2010, 4)

## 4.2 Tukihenkilötoiminta

Tukihenkilötoiminnan tarkoituksena on etsiä ne keinot, miten autetaan vaikeassa elämäntilanteessa olevan henkilön elämää. Tukihenkilön tehtävänä on auttaa ihmistä rakentamaan ja vahvistamaan omaa sosiaalista verkostoa. Toiminta on tavoitteellista, jossa osapuolet yhdessä sopivat mihin asioihin etsitään muutosta ja millaisin keinoin. Tukisuhde on rajoitettu ajallisesti ja se päättyy silloin, kun asetettu tavoite on saavutettu. Toiminnan tavoitteellisuus ja ajallinen rajausta erottavat tukihenkilötoiminnan lähimmäispalvelutyöstä.

Tukihenkilö auttaa rakentamaan arkielämää ja rohkaisee ulos eristäytyneisyydestä. Hän toimii asiointiapuna, ulkoilukaverina, harrastusseurana ja keskustelukumppanina. Hän on myös henkisenä tukena vaikeissa tilanteissa, lievittämässä tuettavan yksinäisyyttä ja turvattomuutta. Tukihenkilöt, jotka ovat selviytyneet oman elämänsä vaikeuksista, hyväksikäyttävät kokemuksiaan toisten auttamiseksi. Työ toteutetaan tukea tarvitsevan ja tukihenkilön ehdoilla. Lähtökohtana on vapaaehtoinen ja tasavertainen kumppanuus. (Tammisto ym. 1994, 100-104; Lehtinen 1997, 50-54; Sorri 1998, 68-74; Nyman 2003, 36).

## 4.3 Osastoystävä

Vanhainkodeissa ja sairaaloissa henkilökunnan aika menee yhä enemmän potilaiden perushoitoon ja sairaanhoidollisiin tehtäviin. Muuhun toimintaan ei ole riittävästi aikaa. Kaikilla vanhuksilla ei käy omaisia vierailulla edes joka kuukausi, saati joka viikko. Suku saattaa olla kaukana tai lapsia ei ole. Lapsilla voi olla työkiireitä ja lapsenlapsilla harrastuksia. Jos välit ovat huonot jo ennen omaisen siirtymistä vanhainkotiin, eivät ne välttämättä vanhainkodissakaan lämpene. Henkilökunta kyllä kertoo omaisten vierailun merkityksestä, mutta se ei halua syyllistää omaisia, jotka eivät käy vierailulla. Harvalla vanhuksella ystävätoiminta on alkanut jo kotona henkilökohtaisena avustamisena ja jatkunut luonnollisesti vanhainkotiin muuton jälkeen. Vapaaehtoisia tarvitaan osastoille

seurustelemaan potilaiden kanssa ja tuomaan iloa sekä vaihtelua heidän sairaalassaolo-aikaan. Vanhuksille vanhainkotiin muuttaminen on iso elämänmuutos, joka vaikuttaa heidän sosiaaliseen elämäänsä. Osasto-ystävät ulkoiluttavat potilaita, lukevat kirjoja ja lehtiä tai auttavat ruokailussa. He järjestävät laulu-, musiikki-, runo- tai askartelutuokioita. Osasto-ystävä tuo tuulahduksen ulkoelämästä ja uutta sisältöä potilaan elämään. Hän voi olla monelle ainut ystävä, kun sukulaisia tai muita ystäviä ei enää ole. Toisinaan pelkkä kädestä kiinnipitäminen viestittää, että potilaasta välitetään. Lähellä oleminen, toisen koskettaminen tuo potilaalle hyvän olon tunteen. Moni vanhuksista kokee, että osasto-ystävän kanssa on helpompi keskustella vaikeistakin asioista, koska vapaaehtoinen on riittävän ulkopuolinen. Hän ei kuulu talon henkilökuntaan eikä ole omainen. Osasto-ystävä tuntee itsensä ystäväksi, joka käy vanhuksen luona kylässä. Ystävänä hän kokee vanhuksen vertaisenaan ja tutustuu häneen hänen elämäнкertomusten avulla. (Tammisto ym. 1994, 76-112; Hytönen 2002, 178-179; Nylund ym. 2005, 147-163).

#### 4.4 Mummon Kammari

Mummon Kammari kodikas paikka: tuttu, lämmin ja turvallinen. Pelkkä nimi herättää hyviä muistoja. Mummo, jonka luo voi mennä iloineen, suruineen, elämässä epäonnistuneenakin. Mummon Kammari toimii kaikenikäisten ja monenlaisten ihmisten kohtaamispaikkana. Se on usean yksinäisen ihmisen kyläpaikka, missä on tarjolla juttuseuraa, kahvia ja ajanvietettä. Siellä avuntarvitsijat ja antajat kohtaavat, tutustuvat toisiinsa ja yhteistyö saa alkunsa. Mummon Kammari toimii vapaaehtoistoiminnan tukikohtana. Se ottaa vastaan avunpyyntöjä ja välittää apua yksinasuville vanhuksille, vammaisille tai pitkäaikaissairaille. Vapaaehtoiset voivat auttaa monissa asioissa, esimerkiksi ovat apuna kauppareissulla, saattajana lääkäriin tai tilapäisapuna omaishoitajalle. He voivat olla myös viikonloppuna seurana vammaiselle tai yksinäiselle vanhukselle. Myös sairaaloiden tai hoitokotien henkilökunta voi pyytää tarvittaessa apua kotiutettavan tueksi. Vapaaehtoistyö täydentää ammatillista kotipalvelutoimintaa ja vapauttaa ammattihenkilöstöä erityistä ammattitaitoa vaativiin tehtäviin. Kammari etsii koko ajan myös uusia vapaaehtoisia mukaan ja perehdyttää heidät toimintaan. (Komulainen ym.2005, 101-134.)

Mummon Kammari on paikka, missä pistäydytään ohimennen juomaan kahvia ja keskustelemaan mukavien sekä luotettavien kanssaihmisten kanssa. Siellä jaetaan elämän ilot ja surut. Sinne on myös helppo mennä, koska kävijältä ei vaadita uskonnollista tai poliittista vakaumusta. Kävijälle tulee tunne kuin astuisi kuviteltuun lapsuuden kotiin. (Tammisto ym. 1994, 69-70.)

## 5 VAPAAEHTOISTYÖN HENGELLINEN ELÄMÄ

Ihmiset on luotu elämään yhdessä ja ihanteellista olisi, jos kaikilla olisi tukena perhe, sukulaiset ja ystävät. Valitettavasti näin ei ole, vaan suurin osa ihmisistä tuntee olonsa yksinäiseksi, eikä heillä ole ketään, johon turvautua. Heille tulee tunne, ettei kuulu minkään, eikä ole minkään arvoinen. Elämällä ei ole tarkoitusta. Se ei innosta, vaan tuntuu tyhjältä. Kiireen keskellä on hyvä pysähtyä ja muistaa auttaa läheisiä niin, ettei kukaan jää yksin ilman apua. Kaikilta pitäisi löytyä vilpitöntä halua ja kykyä tehdä hyvää ja auttaa heikompia. (Inkala 1991, 12-39.)

Kristityn elämän ja toiminnan perusohjeena pidetään kultaista sääntöä . Matt 7:12 ”Kaikki, minkä haluatte ihmisten tekevän teille, tehkää te heille.” (Raamattu 1993)

Kultaisen säännön mukaan etiikan lähtökohtana on toisen asemaan asettuminen. Minä en saa tehdä lähimmäiselleni sitä, mitä en toivoisi itselleni tehtävän ollessani hänen asemassaan. Minun pitää tehdä lähimmäiselleni sitä, mitä toivoisin itselleni tehtävän, jos olisin hänen asemassaan. Kristillisen uskon sisältönä voidaan pitää, että annamme toiselle ihmiselle Jumalalta saamamme rakkauden- ja elämänlahjan. Koko elämämme yllä on ajatus, minut on luotu auttamaan. Koska Jumala on rakkaus, hän tahtoo, että rakastamme lähimmäistämme niin kuin itseämme. Usein auttaminen liittyy ihmisen hätään ja puutteeseen. Lähimmäisen auttaminen on hyvä ja iloinen asia. Ahdistuksen sijaan on hyvä tietää, että asioita ja myös maailmaa voi muuttaa. Aina on toivoa ja viime kädessä toivo on Jumalassa. Työtä ei tehdä yksin omaksi hyväksi vaan avuksi tarvitaan Jumalaa, johon kaikilla on lupa turvautua. (Pruuki 2008, 8-10.)

Jumalan edessä kaikki ovat samanarvoisia ja koska evankeliumin sanoma kuuluu jokaiselle, kaikilla on vastuu auttaa lähimmäistään. Vapaaehtoistoiminta perustuu kristinuskon ajatukseen, jonka mukaan kaikki ihmiset ovat lähimmäisiä. Luuk 10:27 ”Rakasta Herraa, Jumalaasi koko sydämestäsi, koko sielustasi ja mielestäsi ja lähimmäistäsi niin kuin itseäsi.” Matt 7:12 ”Kaikki, minkä haluatte ihmisten tekevän teille, tehkää te heille.” (Raamattu 1993)

Jeesuksen opetuksen mukaan kaikkien tulee auttaa toisiaan parhaansa mukaan. Jokainen voi auttaa antamalla toiselle esimerkiksi aikaa ja kuunnella häntä, sillä pienet teot voivat olla myös suuria. Room 15:17 ”Hoivatkaa toinen toistanne, niin kuin Kristuskin on teidät hoivaansa ottanut.” Kirkon hengelliseen perinteeseen kuuluu, että täytyy itse olla läheisessä suhteessa persoonalliseen ja näkymättömään Jumalaan jaksakseen jakaa Kristuksen rakkautta toisille ihmisille. (Heinimäki, Kanerva, Toivola 1994, 58-78.)

## 6 TUTKIMUKSEN TARKOITUS

Harjoittelun aikana sain ohjaajalta tehtäväksi lähettää kirjallisen kyselyn jo vapaaehtoistyössä mukana olleille vapaaehtoistyöntekijöille. Tarkoituksena oli selvittää, kuinka moni oli vielä halukas jatkamaan ja minkälaisessa toiminnassa. Koska aikaisemmasta kyselystä oli jo useita vuosia aikaa, tätä pidettiin tärkeänä työn jatkuvuuden kannalta. Kyselyn tulos yllätti, sillä suurin osa kyselyyn vastanneista ilmoitti lopettavansa toiminnan. He kokivat olevansa jo niin iäkkäitä ja vaivaisia, että ilmoittivat itse tarvitsevan ystävää. Halukkaita ilmaantui ainoastaan yhteisvastuukeräyksiin tai tarvittaessa satunnaisiin keittiötehtäviin. Ystäväpalvelussa ilmoitti jatkavansa vain muutama henkilö.

Keskustelin ohjaajani kanssa, miten saisimme toimintaan mukaan uusia vapaaehtoisia. Mitkä olisivat ne keinot ja tavat, joilla vapaaehtoistyötä tehtäisiin tunnetuksi? Mistä löytyisivät ne ihmiset, joilla olisi aikaa ja halua osallistua vapaaehtoistyöhön? Ketkä olisivat mahdollisesti kiinnostuneita toiminnasta? Helpointa oli kartoittaa ne ihmisryhmät, jotka ovat päivisin kotona. Eläkeläiset valitsin sen takia, koska luulen heillä olevan ylimääräistä aikaa jäätyään pois työelämästä. Vapaaehtoistyö tarjoaisi heille mielekästä tekemistä ja eläkeläiset tuntisivat itsensä hyödyllisiksi. Heillä on myös sellaista elämäkokemusta, joka on hyödyksi tässä toiminnassa. Vapaaehtoistyö voisi olla monelle eläkeläiselle uusi harrastus.

### Tutkimuskysymykset

1. Ovatko eläkeläiset saaneet tietoa seurakunnan vapaaehtoistyöstä?
2. Ovatko eläkeläiset halukkaita osallistumaan seurakunnan vapaaehtoistyöhön?

Ensimmäiseksi haluan tietää miten tietoisia eläkeläiset ovat seurakunnan vapaaehtoistyöstä ja sen eri toimintatavoista vai ovatko ollenkaan. Mitä ajatuksia se herättää? Toisena tutkimuskysymyksenä tarkastelen heidän mahdollista halukkuuttaan osallistua vapaaehtoistyön ystävätoimintaan. Kerron heille eri mahdollisuuksista ja kartoitan, olisivatko he halukkaita lähtemään mukaan toimintaan ja millainen tehtävä heitä kiinnostaisi vai kiinnostaisiko ollenkaan.



## 7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 7.1 Tutkimusmenetelmät

Tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jonka lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Laadullinen tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedon hankintaa ja tutkittava kohderyhmä on valittu tarkoituksen mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 152.)

Tutkimusmenetelmäksi valitsin haastattelun, koska luulen ihmisten olevan väsyneitä ja kyllästyneitä täyttämään kyselylomakkeita, eivätkä näin palauta niitä. Haastattelu oli mielestäni antoisa ja joustava. Oli myös luonnollista keskustella ihmisten kanssa, kun halusi kuulla heidän mielipiteitään, kerätä tietoja, käsityksiä ja uskomuksia. Tutkimuksessa käytin aineiston keruumenetelmänä teemahaastattelua, (LIITE 1) josta voidaan käyttää myös nimitystä puolistrukturoitu haastattelu. Kysymykset ovat kaikille haastateltaville samat, mutta haastattelutilanteen eläessä kysymysten järjestystä voi vaihdella ja kysymyksiin vastataan omin sanoin. Puolistrukturoitu haastattelumenetelmä sopii silloin hyvin, kun tutkimuksen kohteena ovat tunteellisesti herkäät keskustelunaiheet. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 35.)

Alusta asti oli selvä, että nauhoitan haastattelut. Silloin haastattelu sujuu nopeammin ja ilman katkoja. Kirjoittaminen on hidasta, enkä kaikkea pysty kirjoittamaan ylös. Nauhoittamisessa äänensävy jää talteen, samoin ilmeet ja eleet tulevat uudestaan mieleen kuuntelun aikana, mikä taas unohtuu kirjoittamisen aikana.

Haastattelutilanteet olivat mukavia ja keskustelu sujui luontevasti. Meillä ei ollut haastattelutilanteissa häiriötekijöitä, koska olimme aina kahdestaan haastateltavan kotona. Minulle jäi sellainen tunne, että haastattelun aikana unohdimme molemmat nauhurin olemassaolon. Haastattelun jälkeen minulla ei ollut kiirettä pois, sillä monella oli tarve puhua hyvin henkilökohtaisista asioista, jotka olivat haastattelun aikana tulleet mieleen.

Suunnittelin haastattelevani kuutta eläkeläistä, mutta ongelmaksi muodostui mistä minä heidät löydän. Olin muuttanut uudelle paikkakunnalle, enkä tuntenut sieltä ketään. Onneksi asuimme kerrostaloalueella, jossa oletettavasti asui myös eläkeläisiä. Soitin reippaasti eläkkeellä olevan naapurin ovikelloa ja kerroin avoimesti tarvitsevani hänen apuaan. Opinnäytetyöni piti saada nopeasti tehtyä ja juuri haastattelun osuus oli tärkeä. Ilman naapurin apua en olisi selviytynyt.” Totta kai autan, jos minusta on vain hyötyä,” tuumasi naapuri, eikä hän kysynyt edes haastattelun aihetta. Kysyin, tietääkö hän lähitöllä muita eläkeläisiä, joita voisin samalla tavalla pyytää haastateltaviksi. Pikku hiljaa minulla oli ryhmä koossa. Haastateltavia oli yhteensä kuusi, joista neljä naista ja kaksi miestä. Heistä kaksi olivat aviopareja, yksi eronnut rouva ja yksi leskeksi jäänyt rouva. Haastattelut tein syyskuun alussa kahden viikon aikana. Yhden avioparin haastattelin erikseen samana päivänä, mutta muuten haastattelin yhden henkilön päivässä. Kuuntelin nauhan heti haastattelun jälkeen ja kirjoitin käsin haastattelun tuoman tiedon yhdeksi tekstiksi. Näin minun oli helpompi kerätä aineisto teemoittain raportointia varten.

## 8 TUTKIMUKSEN TULOKSET

### 8.1 Tutkimusjoukko

Ensimmäinen haastateltava on puolitoista vuotta eläkkeellä ollut eronnut rouva. Luonteeltaan hän on erittäin määrätietoinen ja fyysisesti hyvässä kunnossa. Haastattelun aikana selviää, että hän on jäänyt eläkkeelle yrittäjän ammatista. Toinen haastateltava on puoli vuotta eläkkeellä ollut mies, joka on toiminut palveluammattissa. Luonteeltaan hän on puhelias, iloinen ja fyysisesti hyvässä kunnossa. Kolmas haastateltavista on edellisen haastateltavan vaimo, joka on ollut muutaman kuukauden eläkeläisenä. Sitä ennen hän on ollut työttömänä useita vuosia ja odottanut pääsyä eläkeputkeen. Luonteeltaan hän on myös puhelias, iloinen ja fyysisesti hyvässä kunnossa. Neljäs haastateltava on kuusi ja puoli vuotta eläkkeellä ollut rouva, joka on jäänyt eläkkeelle palveluammattista. Luonteeltaan hän on puhelias ja iloinen, mutta liikkuminen on hänelle hieman vaikeaa. Viides haastateltava on edellisen aviomies, viisi vuotta eläkkeellä ollut ja työskennellyt tietokonealalla. Luonteeltaan hän on hiljainen. Fyysisesti hän on hyvässä kunnossa. Tämä aviopari on ainut, joka ei ole kuulunut kirkkoon moneen vuoteen. Kuudes haastateltava on kolme vuotta eläkkeellä ollut virkeä ja fyysisesti hyvässä kunnossa oleva leski rouva. Hän on jäänyt eläkkeelle myyjän ammatista.

Monella työelämässä mukana olevalla on salaisia haaveita ja unelmia, joita toteutetaan eläkeläisenä. Eläkkeelle pääsyä odotetaan ja toivotaan hyvää terveyttä, että saadaan nauttia mukavista eläkepäivistä. Eläkkeellä oleminen tuntuu mukavalta, kun itse saa ohjelmoida päivänsä oman mielensä mukaan. Eläkkeellä oleva puoliso seurana mahdollistaa haaveitten toteuttamisen yhdessä. Hyvin paljon riippuu ihmisestä itsestään, miten kokee eläkkeelle jäämisen. Jos on aina ollut aktiivinen ja sosiaalinen, ei eläkkeellä oleminen välttämättä hidasta menoa.

*Tää on kivaa. Minä olen aina puuhastellut kaikenlaista ja tekemistä on riittänyt eikä aika ole käynyt pitkäksi. (Haastateltava 2)*

*Aikaisemmin hoidin äitiäni työn ohessa, mutta nyt käyn hänen luonaan päivittäin. Mulla on kädet täynnä työtä. (Haastateltava 3)*

Aluksi eläkkeellä oleminen tuntuu mukavalta. Tunne on kuin lomalaisella, kunnes tajuaa, ettei tämä loma lopu. Työssä ollessa päiviin tuli oma rytmi. Työssä koettiin olo tarpeelliseksi ja tärkeäksi. Siellä hoidettiin myös sosiaalisia suhteita. Siirtymävaiheessa etsitään omaa paikkaa eläkeläisenä.

*Kun jäin töistä pois, alussa tuli ahdistava tunne. En oikein tiennyt missä minun pitäisi oikein olla ja mitä tehdä. Sitä oli kuin eksyksissä. Piti lähteä kävelylle. (Haastateltava 5)*

Yksinäisellä eläkeläisellä on vaikeaa lähteä luomaan uusia suhteita, jos on vielä muuttanut vieraalle paikkakunnalle, eikä tunne sieltä ennestään ketään. Helposti jäädyään neljän seinän sisälle. Päivät alkavat olla luonteeltaan samanlaisia. Viikon päivät eivät eroa toisistaan ja vuorokauden ajat menevät sekaisin. Kuitenkin on voimakas tunne ja halu tehdä jotain. olla samalla tavalla tarpeellinen kuin ollessa mukana työelämässä.

*Voi miten minä olin yksin. En tuntenut täältä ketään. Olin tulla hulluksi, kun oli aikaa, mutta ei ollut mitään tekemistä. Kehenkä täällä olis otanutyhteyttä? Kyllä sitä tunsin itsensä niin hyödyttömäksi. (Tauko) Sitten minä otin koiran. (Haastateltava 1)*

Eläkkeellä olevat naiset kertovat avoimesti olevansa ajoittain yksinäisiä ja kyllästyneitä. Aluksi on ollut mukava olla vain kotona ja toteuttaa asioita, joista haaveili. Vähitellen sosiaaliset suhteet vähenevät, oma liikkuminen vaikeutuu ja entistä enemmän vietetään aikaa yhdessä miehen kanssa. Päivän työt rutinoituvat ja elämä tuntuu yksitoikkoiselta. Toisen ihmisen ainainen läheisyys alkaa ahdistaa. Puheenaiheet alkavat olla vähissä. Tulee tunne, tätäkö tämä on. Päivästä päivään, vuodesta toiseen.

*Voi kun sitä kokisi itsensä vielä tarpeelliseksi. Olisi elämällä vielä joku tarkoitus. (Haastateltava 6)*

## 8.2 Seurakunnan vapaaehtoistyö ja sen tunnettavuus

Haastateltavat mieltävät vapaaehtoistyön vanhempien ihmisten hoitamiseksi ja auttamiseksi. Se on työtä, jota tehdään omasta vapaasta tahdosta, ilman palkkaa. Sitä saa tehdä kuka tahansa, kuka vaan haluaa toista auttaa.

*Ehkä siitä voisi saada ruuan palkaksi, mutta hyvän mielen siitä ainakin saisi. (Haastateltava 4)*

Neljän haastateltavan (1,2,3,4) mielestä vapaaehtoistyötä ei pidä mainostaa seurakunnan järjestämäksi, koska silloin se herkästi mielletään uskonnolliseksi toiminnaksi. Uskon asioita pidetään henkilökohtaisina ja vaikeina asioina, joihin haastateltavien mielestä olisi parempi olla puuttumatta. Sana seurakunta voi herättää kielteisiä ajatuksia, ja vaikuttaa toimintaan mukaan lähtemiseen. Monelle voi tulla vääristynyt käsitys, että vapaaehtoisen täytyy kuulua kirkkoon ja olla uskovainen, ennen kuin voi osallistua toimintaan. Vapaaehtoistyö on pidettävä erillään uskonnosta, sillä työtä voi tehdä ilman seurakunnan läsnäoloa.

*Sana vapaaehtoistyö kuulostaa mukavalta ja herää mielenkiinto mitä se tarkoittaa, mut heti kun siihen lisäsit sanan seurakunta tuli siihen sellanen ahdistava vähän tiukkapiponen sävy. Ymmärrätkö mitä tarkoitan? Haastateltava 1)*

Seurakunnan vapaaehtoistyö on haastateltavien mielestä vanhempien ihmisten tekemää työtä. He miettivät enemmän uskon asioita, koska ovat jo menossa ”ehtoapuolelle”.

*Ihmisen ikääntyessä ajatusmaailma alkaa mennä jo henkiselle puolelle. Siinä on tietty linkki Raamattuun ja lähimmäisen auttamiseen. (Haastateltava 1)*

Kaksi haastateltavista ei koe seurakunnan vapaaehtoistyötä uskonnollisena toimintana. Moni haastateltavista toteaa, että vapaaehtoistyötä on tehty aina, mutta eri nimikkeellä. Puhuttiin naapuriavusta ja talkootöistä. Kotikasvatuksessa opetettiin, että on luonnollista auttaa toinen toistaan ja lähimmäisestä pidettiin huolta.

*Kyllä sitä naapuria pidettiin silmällä. Jos ei talvella näkynyt jälkiä postilaatikolla, tiedettiin heti mennä katsomaan onko kaikki kunnossa. (Haastateltava 4)*

Tänä päivänä ihmiset haluavat säilyttää oman yksityisyytensä. Heistä on tullut myös itsekkäistä ja he eivät halua välittää toisistaan. Tärkeää on hoitaa vain omat asiat ja tois-

ten asiat eivät kuulu heille. Silloin tällöin luemme lehdestä, kun yksinäinen vanhus on löydetty kuolleen kerrostaloasunnostaan. Kolmen haastateltavan lapsuudessa, toinen isovanhemmista asui samassa taloudessa. Vanhukset hoidettiin kotona niin pitkään kuin mahdollista ja se tuntui luonnolliselta. Moni haastateltavista joutui lapsena tekemään paljon töitä ja ottamaan vastuuta pienempien sisarusten hoitamisesta. Hoivaamisen, huolehtimisen ja lähimmäisen auttamisen malli on lähtöisin omasta lapsuudesta.

Haastateltavista neljä kertoivat kuulleensa termin Mummon Kammari, mutta he eivät osanneet kertoa mitä se tarkoittaa. Nimensä mukaan se liitettiin vanhuksiin ja kaksi haastateltavista kertoi sen olevan eläkeläisten järjestämää toimintaa vanhuksille.

*Täällä on joku kammari täällä mutten tiedä miten se toimii. Ei ole vielä ollut ajankohtainen. (Naurua haastateltava 1)*

Kaksi haastateltavista ovat lukeneet paikallislehdestä artikkelin lähimmäispalvelusta ja olivat tietoisia kyseisestä toiminnasta. Toinen heistä kertoi innostuneensa asiasta ja kokee ihmisten auttamisen olevan lähellä hänen sydäntään. Tällä hetkellä, hän omasta mielestään tekee miehensä kanssa päivittäin vapaaehtoistyötä, huolehtimalla omasta dementoituneesta äidistään.

Haastateltavat eivät olleet kuulleet seurakunnan järjestämästä vapaaehtoistyöstä. Kerroin vapaaehtoistyön ystävätoiminnan eri vaihtoehtoista: ystäväpalvelusta, tukihenkilötoiminnasta, osastoystävistä ja Mummon Kammarista. Kahdelle haastateltavista muistui mieleen kuulleensa ihmisistä, jotka käyvät laitoksissa lukemassa vanhuksille. Ystävätoiminta miellettiin heti tärkeäksi ja tarpeelliseksi toiminnaksi. Haastateltavat löysivät esimerkkejä ystävätoiminnan tarpeellisuudesta. Vanhat ihmiset eivät pärjää enää yksin kotona, jos siellä ei käy kukaan katsomassa. Kotisairaanhoidon ja kotipalvelun työntekijöillä ei ole ylimääräistä aikaa olla vanhusten kanssa. Vanhusten omat lapset eivät käy katsomassa vanhempiaan. He joko asuvat kaukana tai eivät enää välitä heistä. Jotkut voivat pelätä vanhan ja sairaan vanhemman kohtaamista.

*Nautitaanko nyt vapaan kasvatuksen hedelmistä? Yksi äiti on kasvattanut kymmenen lasta, mutta kymmenen lasta ei pysty kasvattamaan yhtä äitiä. (Haastateltava 2)*

Muutamit haastateltavista mieltivät miksi tieto seurakunnan järjestämästä vapaaehtoistyöstä, ystävätoiminnasta ei ole saavuttanut heitä. Missä tietoa on ollut tarjolla? Jos tieto on ollut seurakunnan lehdissä, ne on heitetty suoraan roskeen. Ilmaisjakelulehtiä tulee niin paljon, ettei niitä jaksa lukea ja seurakunnan lehdet eivät kiinnosta kaikkia. Kaksi haastateltavista ei kuulu kirkkoon ja heille ei tule seurakunnan lehteä. Haastateltavat eivät käy seurakunnan järjestämissä tilaisuuksissa. Kirkossa he kertoivat käyvänsä vain jouluna. He osallistuvat joulukirkkoon ja kauneimpien joululaulujen laulamiseen.

Kaikki haastateltavat olivat yhtä mieltä, että ystävätoiminta, mikä perustuu vapaaehtoisuuteen ja pyyteettömään auttamiseen, on arvokasta ja tärkeää työtä. Heidän mielestään moni varmasti lähtisi toimintaan mukaan, jos vain tietäisivät siitä enemmän.

### 8.3 Kiinnostus seurakunnan vapaaehtoistyöhön

Kerroin haastateltaville vapaaehtoistyön ystävätoiminnan eri vaihtoehtoista esimerkein ja he kuuntelivat kiinnostuneina. Muutamit heistä kyselivät vielä tarkemmin, miten kyseiseen toimintaan pääsee mukaan ja mitä heiltä vaaditaan. Kysyin, voisivatko he ajatella itse ryhtyvänsä mukaan ystävätoimintaan. Ystäväksi, jollekin toiselle henkilölle?

*Mä en jaksa, että istuisin jonkun vuoteen vierellä ja lukisin esimerkiksi tunnin tai kaksi. Siinä minä sairastuisin itsekin. (Tauko, mieltii)*

*Mutta, jos on viree tällainen elämänhaluinen yksilö, mikä ottaa ideoita vastaan, eikä pysty niitä yksin toteuttamaan. (Mieltii) Ei ole mitään estettä. Voisi se olla kivaakin. (Haastateltava 1)*

Varsinkin naiset olivat kiinnostuneita toiminnasta, mikä tapahtuisi vanhainkodeissa tai sairaaloissa osastoilla. Ei pelkästään suunnattuna yhdelle vanhukselle vaan useammalle. He ehdottivat lukemista, laulamista, laulattamista tai ulkoiluttamista.

*Sairaloissa on ihmisiä, joiden luona ei käy kukaan. Sellaisen luona minä haluaisin käydä. (Haastateltava 6)*

Yksi naisista pohtii miten tärkeitä vanhuksille on läheisyyden tunne: hartioiden hierominen, hiusten kampaaminen tai kädestä pitäminen. Pienet asiat virkistävät vanhusten mieltä. Niistä riittää iloa ja muistelemista useaksi päiväksi.

*Mummelit kaipaa kynsilakkaa. Ne ei pysty itse laittamaan. Ihovoidetta ja tämmöisiä naisten juttuja. (Nauraa innoissaan) (Haastateltava 4)*

Miehet ovat enemmän kiinnostuneita auttamaan käytännön asioissa. He tuntevat toiminnan hyödyllisiksi, kun saavat konkreettisesti auttaa. Pienet remonttihommat ja puutarhatyöt tuntuvat mielekkäiltä.

*Jos joku vain soittaisi mulle. Pystyn tekemään kaikenlaista missä vanhukset kaipaavat apua; digiboxin säätö, puhelimen käytön opettaminen, lampun vaihtaminen (hiljaisuus). Miten paljon näissäkin asioissa pystyisi auttamaan. (Haastateltava 2)*

Vapaaehtoistyö ja varsinkin ystävätoiminta herättää miehissä kiinnostusta. Miehet kokevat olevansa arkoja ja epäileviä uusia asioita kohtaan. Yksin ryhtyminen toimintaan tuntuu pelottavalta. Työtä olisi kiva tehdä toisen miehen kaverina. Tällöin olisi mahdollisuus vuorotella tarpeen vaatiessa, eikä tulisi tunnetta että on liian sidottu. Jo toiminnassa mukana olevan rohkaisu ja esimerkillinen tapa toimia voisivat innostaa lähtemään mukaan. Jos vain alkuun pääsee, voi itse kehittää jatkossa toimintaa.

Koulumummotoiminta herättää myös kiinnostusta. Kaikilla lapsilla ei ole mummoa lähellä, joten mummon sylille on tarvetta. Mummo henkilönä on turvallinen ja luotettava. Hänelle kerrotaan ilot ja murheet eikä mummo kerro asioita edes opettajalle.

Miksi toimintaan ei lähdetä mukaan ja mikä koetaan esteenä? Suurimpana syynä pidettiin sitä, etteivät ihmiset yksinkertaisesti tiedä vapaaehtoistyöstä. He eivät tiedä, mitä se on, millaisia mahdollisuuksia se tarjoaa ja miten siihen pääsee mukaan.

*Tämän päivän eläkeläiset ovat fyysisesti paremmassa kunnossa ja myös aktiivisempia osallistumaan toimintaan mukaan kuin edellisen sukupolven eläkeläiset. Meidän joukossa on varmasti monia yksinäisiä, jotka pyörittävät kotona vain peukaloitaan saadakseen aikansa kulumaan. Jos he vain tietäisivät tästä ystävätoiminnasta, se voisi olla monelle palkitseva henkireikä. (Haastateltava 5)*



Nimi seurakunnan vapaaehtoistyö on harhaanjohtava. Se viittaa liiaksi uskontoon ja karkottaa toimintaan halukkaita. Voisimmeko puhua pelkästään ystävätoiminnasta, jolloin nimi jo kertoo mistä on kyse. Se tuo mukanaan lämpöä ja herättää mielenkiintoa.

Vapaaehtoistyöhön mukaan lähteminen herättää erilaisia ajatuksia. Moni eläkeläinen miettii miten sitovaa vapaaehtoistyö tulee olemaan. Jos lähdän mukaan ystävätoimintaan, millaisen ystävän minä saan ja miten minä pärjään? Osaanko kohdata vanhan ja sairaan ihmisen? Mitä minä teen, jos jotain tapahtuu?

Yksi haastateltavista mietti vaikuttaako toiminta työttömyyspäivärahaan, jos työtön on aktiivisesti mukana vapaaehtoistyössä?

Elämän tilanne voi olla myös sellainen, ettei aika vain riitä. Ihmiset ovat kiireisiä. On perhe, työ ja harrastukset. Moni voi haluta osallistua toimintaan, mutta myöhemmin, kun on enemmän aikaa. Este osallistumiselle toimintaan joillekin on yksinkertaisesti se, että vapaaehtoistyö ei vain kiinnosta. Kaikista ei ole tähän työhön, eikä tarvitse. Täytyy muistaa, että työ on vapaaehtoista.

## 9 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

### 9.1 Tutkimuksen luotettavuus

Alussa kerroin haastateltaville eläkeläisille avoimesti haastattelun tarpeellisuudesta ja he uskoivat minun olevan rehellisellä asialla. Haastatteluissa vallitsi luotettava ja kunnioitettava ilmapiiri, jonka aikana moni kertoi hyvin henkilökohtaisia asioita. Nauhoitustilanteissa ja kirjoitusvaiheessa henkilöt ovat pysyneet anonyymeinä, koska en ole kysynyt heidän nimiään. Tutkimusta tehdessä pyritään virheettömyyteen, mutta tosiasiassa virheitä ei pysty välttämään. Tutkimuksen jälkeen olen miettinyt, miten paljon olen kertonut tutkimukseni tavoitteista. Miten paljon tieto on saattanut vääristää tuloksia tai muuttaa tutkittavan käyttäytymistä? Olenko käyttänyt oikeita menetelmiä tiedon löytämiseksi? Ovatko haastateltavat ymmärtäneet jonkin kysymyksen eri tavalla kuin mitä olen tarkoittanut? (Hirsjärvi & Hurme 2000, 185.)

### 9.2 Tutkimustulokset

Miten haastateltavat tuntevat olonsa eläkeläisinä? Aluksi eläkkeellä oleminen tuntuu mukavalta, koska eläkkeelle pääsyä odotetaan innolla. On mahdollisuus toteuttaa ne unelmat, joita työssä ollessa ajan puutteen takia ei voinut. Ajan myötä elämä tasaantuu. Ajoittain tulee tunne, että aika alkaa käydä pitkäksi ja elämä on yksitoikkoista. Huomataan, että aikaa olisi, mutta ei oivalleta, mihin sitä voisi käyttää. Jotain mielekästä tekemistä kaivataan, josta saisi hyvän mielen.

Seurakunnan vapaaehtoistyöstä haastateltavat tiesivät yllättävän vähän. Muutamat olivat kuulleet puhuttavan Mummon Kammarista ja lähimmäispalvelusta, mutta muuten tieto oli vähäistä. Heillä ei ole tietoa seurakunnan järjestämästä toiminnasta, koska he eivät lue seurakunnan lehtiä eivätkä osallistu seurakunnan järjestämiin tilaisuuksiin. Ainoastaan muutama ilmoitti käyvänsä kuuntelemassa kirkossa Kauneimmat joululaulut sekä osallistuvansa joulukirkkoon. Kiinnostusta vapaaehtoistyöhön ilmeni, mutta se halutaan pitää erillään seurakunnasta. Seurakunnan mainitseminen ja uskonnon korostaminen

toiminnassa karsii mukaan lähtijöitä. Vapaaehtoisten tekemä työ ja tehtävät eivät vaadi uskonnollisia lähtökohtia tai motiiveja. Vapaaehtoistyötä saa tehdä kuka tahansa, uskontoon tai vakaumukseen katsomatta.

Ystävätoimintaa pidetään erittäin tärkeänä vapaaehtoistyön muotona. Tulijoita varmasti on, jos vain olisi enemmän tietoa toiminnasta ja miten siihen pääsee mukaan. Nykyistä markkinointia pidetään huonona, koska se ei tavoita ihmisiä. Uusia ideoita ja toimintatapoja tarvitaan, että ystävätoiminta saadaan tunnetuksi. On paljon yksinäisiä eläkeläisiä, jotka kaipaavat toimintaa. Jos he vain tietäisivät tästä, löytäisivät he näin itsellensä mukavan ystävän.

Anne Birgitta Pessi on myös tutkinut samankaltaista asiaa. Hän kuvaa eläkkeelle jäämisen ja raihnaisen vanhuuden välistä aikaa käsitteellä kolmas ikä. Työelämän onnellisesti taakseen jättäneet virkeät seniorit toteuttavat kaikkea sitä elämässään, mitä aikaisemmin eivät ehtineet tai jaksaneet tehdä. On mielenkiintoista seurata, mihin aika on suunnattu. Ovatko työelämästä pois jääneet täyttäneet aikaansa uusilla harrastuksilla ja muulla tekemisellä vai hoivaavatko he apua tarvitsevia lähimmäisiään? Yllättävää on todeta, että vapaaehtoistyöhön osallistuvat selvästi enemmän työelämän ulkopuolella olevat eli eläkeläiset. (Pessi & Saari 2011, 165-167.)

### 9.3 Vapaaehtoistyön kehittämisideat

Haastattelujen aikana haastateltavilta tuli uusia ajatuksia ja ehdotuksia toiminnan kehittämiseksi. Ne ovat mielestäni hyviä ja toteutettavissa. Vapaaehtoistyön markkinoinnin parantamiseksi ehdotettiin televisiomainontaa ja ilmaisjakeluna omaa vapaaehtoistointalehteä. Ystävätoiminnasta saisi myös monipuolisen televisiosarjan, jossa jakso jaksolta esiteltäisiin toiminnan eri muotoja, käytännön esimerkein. Samalla katsoja saisi tietoa, miten toimintaan pääsee mukaan. Internetin käyttö yleistyy yhä enemmän. Kaupungeilla ja kunnilla voisi olla omat vapaaehtoistyöstä kertovat nettisivut. Uusia yhteistyökumppaneita kannattaisi etsiä toimintaan mukaan, eikä pelkästään markkinoida seurakunnan järjestämänä toimintana. Se voisi tuoda tullessaan myös uusia vapaaehtoisia.

Seurakunnan vapaaehtoistyön nimeä voisi muuttaa, koska nimi ei vetoa ihmisiin. Päinvastoin, seurakunnan mainitseminen voi karkottaa mukaan tulijoita ja antaa toiminnasta väärän kuvan. Eikö nimi voisi olla pelkkä ystäväpalvelu, jolloin se kertoo heti mistä on kyse ja herättää mielenkiinnon?

Tutkimukseni aikana mietin, pitäisikö meidän ottaa mallia isovanhempiemme ajoilta. Korostaa jokapäiväisessä elämässä toistemme huomioonottamista ja lähimmäisen auttamista. Pitäisikö naapuriapu ja talkoohenki herättää uudelleen henkiin?

Voisiko vapaaehtoistyötä kehittää koko perheen toiminnaksi, jota voisi tehdä yhdessä? Tällöin lapset saisivat omilta vanhemmiltaan mallin, miten tehdä vapaaehtoistyötä ja työ voisi jatkua luonnollisena osana heidän elämää.

Haastattelun aikana ilmeni, että naiset ovat aktiivisempia ja halukkaampia osallistumaan toimintaan kuin miehet. Miehillä on selvästi halukkuutta, mutta he ovat arkoja lähtemään yksin toimintaan mukaan. Olisiko aika muuttaa vapaaehtoistyön muotoa? Eikö työtä voisi tehdä pareittain tai pienissä ryhmissä? Tällöin toimintaa voidaan paremmin kehittää yhdessä sekä vuorotella, ettei tule liiallisen sitoutumisen tunnetta.

#### 9.4 Omat johtopäätökset

Suomessa on tehty vapaaehtoistyötä läpi historian. Naapuriapu, talkoot ja lähimmäisistä huolehtiminen ovat olleet osa jokapäiväistä elämää. Sukulaiset, ystävät ja naapurit ovat auttaneet toisiaan vapaaehtoisuuden pohjalta. Tänä päivänä vapaaehtoistyön muoto on muuttunut. Vapaaehtoistyötä tehdään enemmän organisoituna toimintana seurakunnissa.

Uusia vapaaehtoisia tarvitaan mukaan toimintaan, sillä edessä on ikärakenteen muutos, väestön vanheneminen. Suuret ikäluokat jäävät eläkkeelle eikä valtio ja kunnat pysty tarjoamaan kaikkia tarvittavia palveluja. Vapaaehtoisia tarvitaan yhä enemmän, koska vapaaehtoistyöllä tuetaan ja täydennetään ammattityötä. Väestön ikääntyminen tulee näkymään myös vapaaehtoisten ikääntymisenä ja herää kysymys, mistä saadaan uusia vapaaehtoisia mukaan?

Suomessa on paljon eläkeläisiä, joilla on sellaista tietoa, taitoa ja ammattiosaamista, jota voi hyödyntää vapaaehtoistyössä. Heillä on myös enemmän vapaa-aikaa käytettävissä ja vapaaehtoistyö tarjoaa heille mielekäästä tekemistä. Moni eläkeläinen on myös yksinäinen ja vapaaehtoistyön avulla hän voi löytää itselleen uuden ystävän. Kyseessä on molemminpuolinen hyöty. Suurin ongelma on se miten avuntarvitsija ja avunantaja kohtaavat toisensa.

Tutkimus osoitti, että vapaaehtoistyötä arvostetaan ja pidetään arvokkaana työmuotona. Seurakunnan järjestämästä vapaaehtoistyöstä ja ystävätoiminnasta tiedetään erittäin vähän. Kiinnostusta toimintaan on, jos siitä vain tiedettäisiin enemmän.

Mitä hyötyä tästä tutkimuksesta loppujen lopuksi on? Jos ajattelen ammatillisesti diakonina tai kunnan palveluksessa olevana vapaaehtoistyönohjaajana, tämä on erittäin hyvä palaute mahdollisilta tulevilta vapaaehtoisilta. Tästä tutkimuksesta saa ideoita, joita voidaan käyttää uusien vapaaehtoisten saavuttamiseksi. Se miten ennen toimittiin, ei välttämättä toimi enää tänä päivänä, sillä vapaaehtoistyön on uudistuttava. Tutkimuksen tulokset ovat myös viesti kentältä. Mitä ihmiset ajattelevat seurakunnan vapaaehtoistyöstä, sen kehittamisestä ja tulevaisuuden näkymistä.

## 9.5 Oman työn tarkastelua

Tämä opinnäytetyö on ollut minulle aikamoinen haaste, sillä olen tehnyt tämän nopealla aikataululla kolmessa kuukaudessa. Työn olen tehnyt päivätyön rinnalla iltaisin ja öisin. Kirjoittaminen on sujunut välillä hyvin, toisinaan ei ollenkaan. Jos nyt saisin aloittaa opinnot uudelleen, panostaisin heti alussa opinnäytetyön tekemiseen. Tekemättä jäänyt työ ei jätä rauhaan, vaan se vaivaa mielessä, jopa painajaisena yöunessa. Opinnäytetyöni aihe on ollut mielenkiintoinen ja herättänyt erilaisia ajatuksia. Tulevaisuudessa vapaaehtoistyö voi tarjota minulle jopa uuden ammatin. Sen kautta voin löytää mielekäästä tekemistä ja ystävän!

## LÄHTEET

- Eskola, Antti & Kurki Leena (toim.) 2001. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino.
- Heinimäki, Jaakko, Kanerva Marjaana, Toivola Heikki 1994. Etiikka. Hyvää elämää etsimässä. Helsinki: SKSK-Kustannus.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme Helena 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes Pirkko, Sajavaara Paula 2008. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusyhtiö Tammi.
- Hytönen, Yki 2002. Ihminen ihmiselle. Suomen Punainen risti 1877-2002. Helsinki: Suomen Punainen Risti.
- Inkala, Kerttu (toim.) 1991. Hoivatkaa toinen toistanne. Diakonian teologian käsikirja. Helsinki: Kirjaneliö.
- Komulainen, Timo, Peltola Lauha, Perälä Maaria, Ranta Iiri, Ripatti Jaakko, Särkiö Riitta, Tiensuu Kyllikki 2005. Seurakuntalaisen käsikirja. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Lahtinen, Pirkko 2003. Ihminen on tärkein instrumentti. Työnohjaus vapaaehtoisessa tukihenkilötyössä. Helsinki: SMS-tuotanto.
- Lehtinen, Sini-Tuulia 1997. Vapaaehtoistoiminta – kasvava voimavara? Näkökulmia ammattityöhön. Helsinki: Kansalaisareena.
- Mykkänen-Hänninen, Riitta 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki: Yliopistopaino.

- Nerelli, Eero 1989. Toiminnan ilo. Kirja vapaaehtoiselle. Helsinki: Sosiaaliturvan keskusliitto.
- Nylund, Marianne & Anne Birgitta Young (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Nyman, Esa 2003. Tukihenkilön taskumatti. Helsinki: TSL:n opintokeskus.
- Pessi, Anne Birgitta & Oravasaari Tomi 2010. Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. Helsinki: Yliopistopaino.
- Pessi, Anne Birgitta & Saari Juho (toim.) 2011. Hyvien ihmisten maa. Auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Pruuki, Heli (toim.) 2008. Muuta maailmaa. Hämeenlinna: Karisto.
- Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Helsinki: Kirjapaja.
- Sorri, Hannu 1998. Vapaaehtoisuus ja elämäntilanne. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus. Suurella sydämellä Porvoossa.  
<http://www.porvoonseurakunnat.fi/diakonia/suurellasydamella>
- Tammisto, Maarit & Lahtinen Simo 1994. Antakaa minulle ihminen. Helsinki: Stakes. Varttilehti 2010, 2011
- Yeung, Anne Birgitta 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa – ihanteita vai todellisuutta? Tutkimus suomalaisten asennoitumisesta ja osallistumisesta vapaaehtoistoimintaan. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY-ry.

## LIITE 1: HAASTATTELULOMAKE

Olen saanut vanhanaikaisen kasvatuksen, jonka mukaan vanhempia ja tuntemattomia henkilöitä tulee aina teititellä. Haastattelun alkuvaiheessa haastateltavat ovat halunneet tehdä kanssani sinun kaupat ja sen takia kysymykset ovat tässä haastattelulomakkeessa sinä muodossa. Sinuttelun ansiosta, olen mielestäni saanut haastateltaviin luotua luotettavan suhteen ja olemme keskustelleet hyvinkin henkilökohtaisista asioista.

### Taustatiedot

- sukupuoli, ammatti ja kuinka kauan olet ollut eläkkeellä

#### 1. –Miten eläkkeellä oleminen on sujunut?

- Onko sinulla aika käynyt pitkäksi?
- Millaisia tunteita eläkkeellä olo on sinussa herättänyt?

#### 2. Seurakunnan vapaaehtoistyö?

- Mitä sana tuo sinulle mieleen, millaisia ajatuksia ja tunteita se herättää?
- Onko seurakunnan vapaaehtoistyö ennestään tuttu?

Kerron vapaaehtoistyön ystäväpalvelun eri vaihtoehtoista.

#### 3. Mitä mieltä olet ystäväpalvelusta?

Mitä ajatuksia haastattelu sinussa herättää?